

Ana Rita Teixeira Oliveira

O Impacto do Desemprego Jovem na Qualidade de Vida e no Bem-estar Subjetivo

Dissertação apresentada na Universidade Lusófona do Porto para obtenção do Grau de Mestre em Psicologia Clínica e da Saúde.

Presidente de Júri: Prof.^a Dr.^a Joana Cabral

Arguente: Prof.^a Dr.^a Ângela Leite

Orientadora: Prof.^a Dr.^a Susana Fernandes

Universidade Lusófona do Porto

Faculdade de Psicologia, Educação e Desporto

Porto

16 De Abril de 2016

Resumo

Devido ao declínio da situação económica do país, observou-se em Portugal nos últimos anos, um aumento do desemprego que originou o aumento do número de pessoas em situação de endividamento e consequentemente um estado de pobreza crescente. Destaca-se o desemprego jovem que se caracteriza de duas formas distintas: os não-empregados (aqueles que se encontram em situação de procura de primeiro emprego) e os desempregados (que já trabalharam mas que de momento não têm atividade profissional). Desta forma, este estudo exploratório tem como objetivos perceber de que forma o desemprego afecta os jovens em Portugal, em relação ao bem-estar subjetivo e qualidade de vida e vulnerabilidade ao *stress*. Com uma população-alvo de jovens Portugueses de todo o país com idades compreendidas entre os 15 e os 29 anos tem um total de 104 participantes. De encontro à amostra e aos objetivos para obtenção dos resultados foram utilizadas as Escalas de satisfação com a vida - *SWLS* (Diener *et al* 1985), e de percepção de saúde-*PSS* (Cohen, Kamarck & Mermelstein, 1983) e o Questionário de qualidade de vida -*WHQOL-bref*. (Vaz Serra *et al*, 2006). Através destes resultados conclui-se que os níveis de bem-estar subjetivo, qualidade de vida e vulnerabilidade ao *stress* são maiores ou menores tendo em conta os diferentes grupos estudos. Contudo não existem diferenças significativas entre os não-empregados e desempregados segundo estas variáveis. Para além disso, o fato de fazer parte de um destes grupos não é preditor de uma melhor ou pior qualidade de vida, bem-estar subjetivo e percepção de vulnerabilidade ao *stress*.

Palavras-Chave: Desemprego Jovem, Bem-Estar Subjetivo, Qualidade de Vida, Vulnerabilidade ao stress.

Abstract

Due to the decline in the economic situation of the country, it was observed in Portugal in recent years, an increase in unemployment that led to the increase in the number of people in debt situation that contributes to a growing poverty. Youth unemployment can be characterized by two distinct forms: non-employees (those who are in search of first job situation) and the unemployed (who have worked but currently have no professional activity). This exploratory study aims to understand how unemployment affects young people in Portugal, in relation to the subjective well-being and quality of life and

vulnerability to stress. With a target population of Portuguese young people around the country aged between 15 and 29 years have a total of 104 participants. Against the sample and the goals we used the scales of life satisfaction –*SWLS*(Diener et al,1985), and health perception - *PSS*(Cohen, Kamarck & Mermelstein, 1983) and the quality of life questionnaire -*WHQOL - BREF*(Vaz Serra *et al*, 2006). Through these results it was concluded that levels of subjective well- being, quality of life and vulnerability to stress are larger or smaller taking into account the different studies groups. However there are significant differences between the non-employed and unemployed according to these variables. Furthermore, the fact of being part of one of these groups is not predictive of a better or poorer quality of life, well-being and subjective perception of vulnerability to stress.

Keywords: youth unemployment, subjective well-being, Quality of Life, Stress.

Introdução

O Fenómeno do desemprego é uma condição que há muito afecta toda a comunidade europeia e o mundo. Em Portugal, com a recessão económica e o estado limítrofe da economia, a falta de emprego e a precaridade laboral têm vindo a afetar cada vez mais a população (Glória, 2013).

Segundo dados do INE, com o aparecimento da crise económica em 2008, em Portugal verificou-se um aumento da taxa de desemprego e empobrecimento da população atingindo os 15,9% no início do ano. Contudo estudos mais recentes apresentam uma diminuição desta taxa para os 11,9% (INE, 2015).

Para além da economia, existem outras causas para o aumento dos desempregados, como a evolução demográfica, denotando-se um crescimento da população e a discrepância entre a taxa de procura e de oferta de emprego (Vasconcelos, 2013). A substituição em alguns postos de trabalho de homens por máquinas, levou a que algumas empresas dispensassem funcionários.

Para alguns indivíduos o emprego é considerado um recurso básico, um meio para promover a sua criatividade, para satisfazer as suas necessidades físicas ou até mesmo para outros o motivo da sua autorrealização (Linn, 1985). Assim podemos deduzir que a falta de emprego, pelo contrário, limita as possibilidades que o individuo pode ter para satisfazer as suas necessidades e se auto-realizar.

O desemprego por sua vez, é definido como uma situação de ausência de trabalho, normalmente involuntária e que acarreta implicações ao nível pessoal e relacional da vida dos indivíduos podendo afetar-lhes negativamente a saúde visto que, a incapacidade para arranjar nova ocupação pode conduzir a comportamentos negativos (o tabagismo) de forma a diminuir o stresse (Sharp, 2009). Deste modo, o desemprego, exige ao individuo capacidades de adaptação perante dado acontecimento na medida em que este incorpora um grau de mudança e de incerteza (Dimas, Pereira & Canavarro, 2013).

Nos últimos dez anos, tem -se vindo a registar um crescimento da taxa de desemprego assim como, uns aumentos da taxa de desemprego jovem, ao mesmo tempo que viu deteriorarem-se as condições de emprego (Valadas, 2013).

Este fenómeno conduz à diferenciação de dois grupos distintos de desempregados: os jovens que já trabalharam mas que se encontram em situação de desemprego e aqueles que depois de darem por terminado o seu percurso escolar, nunca arranjam emprego, ou seja, os não empregados.

Dados do INE (2015) permitem perceber que dentro da população desempregada, os desempregados apresentam uma taxa superior (536,7%) em relação aos que se encontram á procura do 1º emprego (82,1%). Estes resultados têm por base o fator migratório, tendo em conta que, a maioria dos jovens qualificados vive fora de Portugal.

Têm-se verificado que devido à falta de oportunidades e da elevada taxa de desemprego os jovens migram em busca de melhores condições de vida, oportunidade que não tem sido possível no nosso país (Vasconcelos, 2013).

A ausência de trabalho tem sido considerado um fator de *stress* sendo a oitava maior causa dentro de quarenta e três fatores. A ausência de trabalho conduzia à alteração da perceção que o indivíduo tem acerca de si mesmo, sentindo-se incapaz e inútil para atingir os seus objetivos de vida (arranjar trabalho) (Graça *cit. in* Campos 2009). Segundo o Modelo Cognitivo-comportamental, pode explicar-se que esta perceção negativa de si próprio origina comportamentos e falta de controlo sobre si mesmo (Albuquerque, 1987 *cit. in* Campos, 2009).

Apesar disso, existem mecanismos essenciais que ajudam na monitorização desta problemática. Segundo Diener e colaboradores (1999) o bem-estar subjetivo caracteriza-se por quatro componentes que se definem por bem-estar positivo, angústia psicológica, satisfação com a vida pessoal e diária. Estas estratégias podem ser utilizadas pelos indivíduos de modo que os efeitos negativos do desemprego sejam diminuídos. (Rodrigues, 2012). Deste modo, podemos constatar que o bem-estar subjetivo depende de vários fatores que passam pela personalidade, pelo contexto, por situações de vida (em alguns casos o fator cultural também é responsável), por fatores demográficos e ambientais, ou até por fatores económicos (em caso de desemprego). Apesar da pouca proeminência de estudos acerca do bem-estar subjetivo nos jovens, os existentes, dizem-nos que os elementos que a constituem são diferentes nos adultos (Fernandes, 2007).

Por outro lado, o desemprego nem sempre tem efeitos negativos no bem-estar subjetivo dos indivíduos que o vivenciam. Designadamente, no caso de o emprego que tinham ser o motivador do stresse (Graetz, 1993 *cit. in* Dimas, 2013). Com efeito, as consequências tendem a variar dependendo do tipo de desemprego, sendo que, quando este é involuntário provoca mais sofrimento psicológico nos indivíduos (Francisco, 2004 *cit. in* Dimas 2013).

Os desempregados nestas condições tornam-se mais ansiosos, depressivos e preocupados com sintomas físicos (Linn, *et al.*, 1985), experienciando níveis elevados de

angústia, stresse (Kessler, Turner & House, 1988; Warr, Jackson, & Banks, 1988) reduzindo, assim, o seu nível de qualidade de vida (Anderson, Mikuliç, Vermeylen, Lyly-Yrjanainen & Zigante, 2009).

Apesar disso, é possível comprovar que perante uma adversidade (o desemprego) alguns indivíduos conseguem ser resilientes e adaptar-se à sua nova condição de vida. Nestes casos, verifica-se que os níveis de depressão são menores (Moorthouse & Caltabiano 2007, *cit. in* Dimas, 2013). Vários fatores podem contribuir na proteção do indivíduo, apesar disso, o facto da procura de emprego ser longa e associada a dificuldades financeiras podem ser considerados fatores de risco na sua adaptação. Noutros casos, de forma a diminuir os efeitos psicológicos e físicos do desemprego, muitos dos indivíduos acabam por se envolver em atividades como cursos de formação ou até mesmo trabalho voluntário (Brenner & Bartel, 1983; Starrin & Larsson, 1987 *cit. in* Dimas, 2013).

Com estes estudos, conclui-se que a adoção de comportamentos saudáveis, de ter um emprego, ou até o nível de saúde contribui para a melhoria do bem-estar dos indivíduos. Ao mesmo tempo contribui para a melhoria da sua qualidade de vida, que é afetada muitas vezes após este tipo de situações adversas. Apesar disto, os estudos apontam que uma percentagem de jovens apresenta uma boa qualidade de vida apesar da situação de desemprego (Caleiro, 2001; Dimas *et al.* 2013). Contudo num estudo de Axelsson, Andreson, Eden e Ejlerstsson (2007), sobre a qualidade de vida, com uma amostra de 264 jovens desempregados e 528 jovens que trabalham ou estudam, 51% dos jovens desempregados considerava ter uma boa qualidade de vida. Contrariamente, outros dizem-nos que o desemprego provoca alterações ao nível da dinâmica familiar e individual, criando situações de tensão que afetam o indivíduo comprometendo a sua qualidade de vida e bem-estar. Por outro lado, é demonstrado numa investigação acerca dos jovens que nem sempre o desemprego é encarado como um acontecimento negativo. Desta forma, pode-se comprovar que a qualidade de vida não é linear a todas as pessoas, sendo que, cada um vê avalia este episódio de forma diferente (Matias, 2015).

Tendo em conta os estudos referidos acerca do desemprego conclui-se que estes são abrangentes a todas as faixas etárias, e apesar da escassez de estudos científicos em torno da temática do desemprego jovem, os jovens são provavelmente os mais afetados devido à elevada formação profissional que não corresponde às ofertas de emprego disponíveis.

Assim, de forma a ultrapassar essas limitações, a investigação pretende utilizar uma amostra de participantes mais jovens subdivididas em dois grupos distintos: os não-empregados (aqueles que se encontram em situação de procura de primeiro emprego) e os desempregados (que já trabalharam mas que de momento não têm atividade profissional).

Este estudo tem como objetivo investigar de que forma o desemprego afecta a saúde de jovens desempregados e não empregados em relação ao seu bem-estar subjetivo e qualidade de vida.

Metodologia

Através deste estudo temos como objetivo central a análise de comparação entre dois grupos (desempregados e não empregados) tendo em conta as variáveis bem-estar subjetivo, qualidade de vida e percepção de vulnerabilidade ao *stress*.

Desta forma, pretende-se perceber se existem diferenças no bem-estar subjetivo, na qualidade de vida e vulnerabilidade ao *stress* nos empregados nos diferentes grupos. Ao mesmo tempo perceber se o facto de estar desempregado ou á procura do primeiro emprego é preditor das três variáveis já referidas.

Perante estes objetivos e tendo por base a revisão da literatura foram realizadas as seguintes hipóteses:

H1: Prevê-se que o fato de estar desempregado ou á procura do primeiro emprego está correlacionado com o bem-estar subjetivo, qualidade de vida e percepção de vulnerabilidade ao *stress*.

H2: “Prevê-se diferenças estatisticamente significativas entre o grupo de jovens desempregados e o grupo de jovens não empregados no que respeita à percepção de bem-estar subjetivo, qualidade de vida, e percepção de vulnerabilidade ao *stress*.”

H3: prevê-se que o fato de estar desempregado e a procura do primeiro emprego é preditor de uma vulnerabilidade ao *stress*, bem-estar subjetivo e qualidade de vida.

Com base, nestas hipóteses as variáveis dependentes definidas são o bem-estar subjetivo, a qualidade de vida e a vulnerabilidade ao *stress*. Estas variáveis são estudadas tendo por base as diferentes escalas utilizadas no estudo. Assim, a vulnerabilidade ao *stress*

é avaliada pela escala de perceção ao *stress* (PSS), o bem-estar subjetivo pela SWLS e a qualidade de vida pelas quatro dimensões do questionário de qualidade de vida (WHOQOL).

Tendo em conta a amostra e os métodos utilizado apresentamos um estudo exploratório, não experimental, pós-fato correlacional comparativo de natureza quantitativa, estatística descritiva e correlacional. Os critérios de inclusão no estudo definem-se pelos participantes que se inserem nestes dois grupos e com idades compreendidas entre os 15 e os 29 anos.

Amostra

O período em que uma pessoa é considerada jovem difere nos vários países europeus, com propósitos estatísticos e de acordo com outros países e estudos a população alvo é constituída por jovens não-empregados e desempregados entre os 15 e os 29 anos.

A elaboração deste projeto conta com a colaboração e participação da Fundação para a juventude, na qual foi solicitada uma autorização ao diretor da instituição para que o nosso estudo fosse partilhado pela sua base de dados. Para além destes temos a participação de todos os alunos da Universidade Lusófona, assim como todas as pessoas que através da publicação realizada no Facebook se disponibilizaram ao preenchimento do questionário.

Para participar no estudo os jovens acediam a uma hiperligação e após a leitura do consentimento informado eram remetidos para um conjunto de questionários disponíveis numa plataforma *online*. Salienta-se a confidencialidade dos dados dos jovens assim como a sua participação voluntária e gratuita.

O tipo de amostragem utilizado é por conveniência sendo que a amostra é constituída por 104 sujeitos, 17,3% do sexo masculino, 82,7% do sexo feminino. A idade dos participantes varia entre os 16 e os 30 anos, sendo a idade média de 23,41. Os participantes vivem maioritariamente na zona do Porto (34,6%) e Lisboa (21,2 %). Quanto ao estado civil 95,2% dos sujeitos são solteiros. A maioria dos sujeitos vive com os pais (83,7%), sendo que os restantes vivem com companheiro/a (8,7%), sozinho/a (3,8%) com crianças /filhos (1,9 %) ou com amigos (1,9%). A grande maioria dos sujeitos (97,1%) não tem filhos. Quanto á escolaridade 49% dos sujeitos são licenciadas e 27,9% concluíram mestrado, apenas 3,8% concluíram o ensino básico.

No que diz respeito á condição laboral, 53,8% dos participantes no estudo nunca trabalharam enquanto os restantes 46,2% se encontram desempregados.

Tabela 1: Caraterísticas sociodemográficas (N=104).

Variável	N	%	M	DP
Idade	104	100	23,41	2,871
Sexo				
Masculino	18	17,3		
Feminino	86	82,7		
Distrito				
Aveiro	12	11,5		
Braga	11	10,6		
Lisboa	22	21,2		
Porto	36	34,6		
Outros distritos	23	22,3		
Estado civil				
Solteiro	99	95,2		
Casado/a	3	2,9		
União de facto	2	1,9		
Pessoas com quem vive				
Sozinho/a	4	3,8		
Companheiro/a	9	8,7		
Crianças/filhos	2	1,9		
Pais	87	83,7		
Amigos	2	1,9		
Escolaridade				
Ensino Básico	4	3,8		
Ensino Secundário	20	19,2		
Licenciatura	51	49,0		
Mestrado	29	27,9		
Condição laboral				
Nunca trabalhou	56	53,8		
Já trabalhou mas encontra-se desempregado	48	46,2		
Tempo de desemprego				
Menos de 6 meses	56	53,8		
6 meses a 1 ano	21	20,2		
1 ano a 2 anos	11	10,6		
Mais de 2 anos	16	15,4		

Instrumentos

Questionário Sociodemográfico: Foi elaborado um questionário sociodemográfico com o objetivo de obter informações relevantes ao estudo. Tem na sua constituição questões que nos indicam a idade, estado civil, agregado familiar, escolaridade, profissão, o estatuto de emprego, tempo de desemprego, o aferimento do subsídio do desemprego, o estatuto de emprego do companheiro. Para além destas questões, pergunta também, no caso do indivíduo se encontrar desempregado, se teve alterações alimentares ou de atividade física.

Qualidade de Vida (WHOQOL-BREF): Devido à falta de instrumentos que avaliassem o domínio da qualidade de vida, e que abordassem características de varias culturas, a organização mundial de saúde em conjunto com outras organizações criaram um instrumento denominado “ Word Health Organization Quality of Life “ (WHOQOL-100) (Vaz Serra *et al*, 2006). Para este estudo utilizamos a forma mais abreviada deste instrumento que é composta apenas por 26 questões sendo que 24 questões são de quatro domínios específicos (Físico, Psicológico, meio ambiente e relações sociais) e as outras 2 questões de domínio geral. As questões do (WHOQOL-bref) são formuladas por uma escala de resposta tipo Likert, que está dividida em várias subescalas que vão desde a intensidade (nada, muito pouco, mais ou menos, bastante, extremamente), à capacidade (nada, muito pouco, médio, muito e completamente), frequência (nunca, algumas vezes, frequentemente, muito frequentemente e sempre) e avaliação (muito insatisfeito, insatisfeito, nem satisfeito nem insatisfeito, satisfeito e muito satisfeito e ainda, muito ruim, ruim, nem ruim nem boa, boa e muito bom). Com um valor de consistência interna de 0.91, apresenta boas qualidades psicométricas (Skevington, Lotfy & O’Connel, 2004).

Perceção do Stress (PSS-10) : Considerada, um instrumento de auto-relato, a Escala do Stresse Percepcionado (PSS-10) (Cohen, Kamarck & Mermelstein, 1983) é muito utilizada na avaliação geral do stresse, podendo percepcionar através dela de que forma é que os acontecimentos podem ser indutores de stresse nos indivíduos. A PSS-10 (Cohen *et al*, 1983) é composta por 10 itens as suas respostas são registadas segundo uma escala tipo *likert* com 5 pontos (0-nunca a 4- muito frequentemente). Segundo análises psicométricas, é um instrumento robusto (consistência interna de 0.874), de fácil cotação e compreensão (Trigo, Canudo, Branco & Silva, 2010).

Satisfação com a vida (SWLS): A escala de satisfação com a vida (SWLS) criada por Diener *et al* (1985) tem como objetivo avaliar o juízo que cada indivíduo faz acerca da sua qualidade de vida. Esta escala é constituída por 5 itens formulados no sentido positivo e

com uma escala de resposta tipo *likert* de 7 pontos. Adaptada para a população Portuguesa inicialmente por Neto e colaboradores (1990) e posteriormente por Simões (1992), a escala apresentou uma estrutura unifatorial (identificada como a dimensão do bem-estar subjetivo) e boas qualidades psicométricas. Apresenta uma consistência interna de 0,80 (Simões, 1992).

Procedimentos

A população à qual se destina este estudo é composta por jovens desempregados. O projeto para este estudo foi apresentado, sendo pedida autorização por escrito ao diretor da fundação para a juventude, solicitando-se a colaboração e autorização para a realização do mesmo.

Para a seleção da amostra e recorreu-se à base de dados da fundação para a juventude, onde após seleção dos indivíduos tendo por base os critérios de inclusão pré definidos foram enviadas cartas de apresentação do estudo e consentimento informado, convidando-os a responder a um conjunto de questionários disponíveis *online*. A participação dos jovens é voluntária e gratuita, salientando-se aos participantes do estudo a confidencialidade dos dados pessoais, o que implica que a aplicação dos instrumentos seja realizada em auto-relato. Como critérios de inclusão no estudo os participantes tinham que ter idades compreendidas entre os 15 e 29 anos e encontrarem-se em situação de desemprego.

Para participar no estudo os jovens apenas teriam que aceder ao endereço que os remete para o questionário *online*, iniciando-o com o consentimento informado. Posteriormente os participantes eram direcionados para as questões que compõem o questionário. No caso dos participantes que não responderam ao endereço que lhes foi enviado é - lhes remetido de novo um convite para a participação no estudo uma e duas semanas após a receção do primeiro. Em conformidade com o que foi descrito, também foi solicitada a colaboração dos alunos da Universidade Lusófona e da plataforma *Facebook*.

Após a recolha dos questionários foi criada uma base de dados no programa SPSS (*Statistical Package for Social Sciences* – versão 20.0) e procedeu-se às análises estatísticas.

Os dados relativos à caracterização da amostra foram obtidos a partir da estatística descritiva, análises de distribuições e frequências.

Tendo em conta a caracterização psicossocial, apresentada na tabela podemos analisar as diferentes características da nossa amostra.

Tabela 2: Caraterização Psicossocial da amostra (N=104)

Variável	M	DP	Mínimo	Máximo
SWLS	18,91	7,289	5	33
WHOQOL físico	15,22	4,229	4	23
WHOQOL psicológico	13,81	4,365	2	21
WHOQOL social	10,68	2,822	3	15
WHOQOL ambiente	26,48	4,468	16	37
PSS	20,38	3,794	9	29

Para análise destes dados são tidos em consideração os valores médios ou os pontos de corte indicados pelos autores das escalas. No que diz respeito à satisfação com a vida (SWLS), e segundos os autores, os valores ≥ 20 seriam indicadores de uma menor satisfação com a vida, o que nos permite inferir que relativamente à satisfação com a vida, os jovens portugueses desempregados parecem pouco satisfeitos com a sua vida (M=18,91; DP=7,289).

Os resultados do WHOQOL físico parecem mostrar que os jovens percecionam uma boa saúde física (sem problemas de sono, cansaço, energia e dor) (M=15,22, DP= 4,229), para uma pontuação que varia de 1 a 23 pontos. Apesar disso e tendo em conta os níveis de pontuação encontram-se abaixo da média.

Os resultados do WHOQOL psicológico, parecem mostrar que os jovens percecionam uma baixa auto-estima e sentimentos negativos (M=13,81, DP= 4,365), para uma pontuação que varia de 0 a 29 pontos.

Os resultados do WHOQOL social parecem mostrar que os jovens percecionam um bom suporte social e uma vida social satisfatória (M=10,68, DP= 2,822), para uma pontuação que varia de 3 a 15 pontos.

Os resultados do WHOQOL ambiente, parecem mostrar que a amostra sente-se segura com o ambiente que a rodeia, bem como os recursos disponíveis (saúde, transporte, financeiros) (M=26,48, DP= 4,468), para uma pontuação que varia de 8 a 40 pontos.

Os resultados do PSS, parecem mostrar que a amostra percebe níveis de stresse adequados (M=20,38, DP= 3,794), para uma pontuação que varia de 0 a 40 pontos.

Para dar resposta às questões de investigação e hipóteses foram utilizados vários tipos de procedimentos e análises estatísticas, de acordo com o tipo de questão colocada.

Para analisar a normalidade da distribuição das variáveis, foi utilizado o teste de *Kolmogorov-Smirnov*.

Após análise desta tabela, e segundo o teste de normalidade, *Kolmogorov-Smirnov* podemos observar que nenhuma das análises segue uma distribuição normal, sendo necessário recorrer ao uso dos testes não paramétricos para a análise das hipóteses, nomeadamente, o teste de *Mann-Whitney*.

Resultados

Seguidamente apresenta-se a validade das hipóteses enunciadas com as respetivas análises.

H1: Prevê-se que o fato de estar desempregado ou á procura do primeiro emprego está correlacionado com o bem-estar subjetivo, qualidade de vida e percepção de vulnerabilidade ao *stress*.

Para a validação desta hipótese recorreu-se a um teste não paramétrico, o teste de *Spearman's*, tendo em conta o seguinte nível de significância ($p < 0,05$).

Tabela 3: Correlação entre os desempregados e os não- empregados com o bem-estar subjetivo e a qualidade de vida

	Condição laboral	SWLStotal	WHOQOL Físico	WHOQOL Psicológico	WHOQOL Social	WHOQOL Ambiente	PSS total
Condição laboral	-	-0,140	0,038	-0,139	-0,098	-0,165	0.50
SWLStotal	-0,140	-	0,433*	0,714*	0,614*	0,684*	- 0.026
WHOQOL Físico	0,038	0,433*	-	0.662	0,483	0,497	- 0,034
WHOQOL Psicológico	-0,139	0,714*	0,662	-	0,643	0,628	- 0,114
WHOQOL Social	-0,098	0,614*	0,483	0,643	-	0,593	- 0,058
WHOQOL Ambiente	-0,165	0,684*	0,497	0,628	0,593	-	- 0,025
PSStotal	0.50	-0.026	-0,034	-0,114	-0,058	-0,025	-

* $p < 0,05$

De um modo geral, verifica-se que o SWLS está correlacionado com os domínios do bem-estar subjetivo e da qualidade de vida. Desta forma pode dizer-se que o SWLS e o WHOQOLfísico estão positivamente e moderadamente correlacionados. Já o SWLS e o WHOQOLpsicológico está positivamente e fortemente correlacionado, assim como, o SWLS com o WHOQOLsocial e o SWLS com o WHOQOLambiente. Concluindo que o bem-estar subjetivo está positivamente associado á qualidade de vida.

H2: “Prevê-se diferenças estatisticamente significativas entre o grupo de jovens desempregados e o grupo de jovens não empregados no que respeita á percepção de bem-estar subjetivo, qualidade de vida e percepção de vulnerabilidade ao *stress*.”

Tabela 4. Teste de diferenças dos grupos utilizando o Mann-Whitney (N=104).

Variável	N	Nunca trabalharam (M ₁)	N	Desempregados (M ₂)	Z	P*
Percepção de vulnerabilidade ao stress (PSS)	56	51,12	48	54,11	-0,547	0,584
Bem-estar subjetivo (SWLS)		56,38		47,98	-3,271	0,001
Qualidade de vida (WHOQOL físico)		51,44		53,74	-0,389	0,697
Qualidade de vida WHOQOL Psicologico)		56,37		47,99	-1,416	0,157
Qualidade de vida (WHOQOLsocial)		55,21		49,33	-0,999	0,318
Qualidade de vida (WHOQOLambiente)		57,08		47,16	-1,678	0,093

* P <0,05 **M=média

A observação dos dados permite-nos concluir que não se encontraram diferenças estatisticamente significativas entre os dois grupos contudo verifica-se uma tendência para a significância na qualidade de vida correspondente ao ambiente. Contudo, verifica-se uma tendência para a significância (M₁=57,08;M₂=47,16; Z=-1,678,p <0,093) da dimensão “domínio do ambiente”. Os jovens que se encontram desempregados (perderam emprego) apresentam uma qualidade de vida inferior no que respeita á dimensão ambiente.

H3: prevê-se que o fato de estar desempregado e a procura do primeiro emprego é preditor de uma vulnerabilidade ao *stress*, bem-estar subjetivo e da qualidade de vida.

Tabela 5: Regressão múltipla dos grupos em relação á vulnerabilidade ao *stress* e bem-estar subjetivo.

Condição Laboral					
$R^2=0,048$ $F=1,150$, $p=0,338$					
	R^2	F	β	t	Sig.
PSS	0,048	1,150	0,060	0,599	0,338
SWLS	0,048	1,150	-0,024	-0,157	0,338
WHOQOL Físico	0,048	1,150	-0,074	0,631	0,338
WHOQOL Psicológico	0,048	1,150	-0,018	-0,128	0,338
WHOQOL social	0,048	1,150	-0,007	- 0,048	0,338
WHOQOL Ambiente	0,048	1,150	-0,199	-1,405	0,338

* $P < 0,05$

Os resultados da análise de regressão múltipla indicam que o modelo de regressão para o facto de estar desempregado ou a procura do primeiro emprego não é estatisticamente significativo. O facto de estar desempregado ou a procura do primeiro emprego não é uma variável preditora da percepção de vulnerabilidade ao stresse nem do bem-estar subjetivo, ($r^2=0,048$, $F(2,191)=1,150$, $p=0,338$).

Discussão de Resultados

Este estudo exploratório procura perceber se os grupos de desempregados e dos não empregados se relacionam com o bem-estar subjetivo e qualidade de vida. Desta forma procede-se á discussão dos resultados retomando os objetivos orientadores da pesquisa e as hipóteses testadas.

Tendo em conta a hipótese 1 “Prevê-se que o fato de estar desempregado ou a procura do primeiro emprego está correlacionado com o bem-estar subjetivo, qualidade de vida e percepção de vulnerabilidade ao *stress*” podemos dizer que existe uma correlação, ou seja, quanto maior o bem – estar melhor qualidade de vida têm os sujeitos em estudo. Esta vai de encontro ao estudado por *Compton* (2005) que nos diz que, a satisfação com a vida é um indicador de bem-estar, ou seja, o bem-estar subjetivo é definido por um conjunto de experiências positivas ao longo da vida (Padre,2012).

Contudo, segundo a literatura e com base nos resultados não existe uma correlação da vulnerabilidade ao *stress* em relação às outras variáveis. Este facto pode ser explicado tendo em conta que, a falta de dinheiro não é necessariamente um fator que impeça o sujeito de ser feliz, embora, a privação de alguns bens por falta de poder monetário possa causar sentimentos negativos.

Em contrapartida, a revisão de algumas investigações vai de encontro ao que seria esperado, e diz-nos que, o desemprego está associado a um aumento do *stress* e de bem-estar reduzido, o que não se verifica nesta hipótese (Padre,2012).

No caso da hipótese 2, “Prevê-se diferenças estatisticamente significativas entre o grupo de jovens desempregados e o grupo de jovens não empregados no que respeita à percepção de bem-estar subjetivo, qualidade de vida e percepção de vulnerabilidade ao *stress*”, pode-se comprovar que apesar de não existir diferenças significativas entre os desempregados e os não empregados, os indivíduos não empregados apresentam uma melhor qualidade de vida e nomeadamente maior percepção de bem-estar subjetivo. Ao contrário desta perspetiva os desempregados devido à perda de recursos, têm uma pior qualidade de vida e nomeadamente baixo bem-estar subjetivo. Pode-se comprovar isto, com base no modelo de obtenção de recursos de *Hobfoll*. Este modelo diz-nos que as perdas que os indivíduos têm durante o seu percurso de vida têm um maior impacto em relação aos ganhos, manifestando esse mesmo impacto negativo através de comportamentos disfuncionais (Rocha, 2009). Isto pode originar o desinvestimento nos recursos resultante das perdas, tendo em conta que este modelo foca-se na percepção que os indivíduos têm acerca da importância dessas mesmas perdas.

Não existem diferenças estatisticamente significativas entre os grupos, contudo verifica-se uma tendência para a significância da dimensão “domínio do ambiente”. Com base nos dados obtidos e apesar da não existência de diferenças pode-se perceber que os

jovens que se encontram desempregados (perderam emprego) apresentam uma qualidade de vida inferior. A qualidade de vida pode ser representada por diferentes domínios que vão desde o biológico, psicológico, cultural e económico. Tendo em conta a segunda hipótese e com base na literatura, este domínio refere-se às condições de vida minimamente necessárias à subsistência do indivíduo e da realização do mesmo enquanto pessoa, isto é, as pessoas que perdem o emprego, subsequentemente têm uma menor qualidade de vida, relativamente à perda dos recursos referidos anteriormente (Lopes, 2011).

Desta forma, e segundo alguns autores, a qualidade de vida e o bem-estar subjetivo estão nitidamente associados. Este permite-nos perceber a visão que o indivíduo tem acerca de si próprio e das suas vivências. Os seus indicadores fornecem-nos medidas acerca dos rendimentos, das relações sociais e dos estados de saúde, assim como, a avaliação das expectativas e necessidades do indivíduo.

No caso da Hipótese 3, que nos diz que “prevê-se que o fato de estar desempregado e a procura do primeiro emprego é preditor de uma vulnerabilidade ao *stress*, bem-estar subjetivo e qualidade de vida” segundo análise da mesma não existe significância nos resultados ao contrário do que era esperado. Apesar disso, a observação empírica diz-nos que o facto de estar desempregado conduz a alterações na vida dos indivíduos, que por sua vez, origina uma instabilidade psicológica (Costa, 2014). Neste sentido as alterações na vida destas pessoas a nível social, económico provocam uma diminuição do bem-estar e qualidade de vida nos indivíduos, assim como um aumento da vulnerabilidade proveniente de potenciais fatores stressores. Sendo assim, podemos explicar este resultado com a existência de um maior número de não-empregados que como já explicado pelo Modelo *Hobfold* não estão tão sujeitos a uma perda de recursos como os desempregados. E que por sua vez, em concomitância com outros estudos já referidos podemos induzir um aumento dos níveis de stress, angústia. (Anderson, Mikuliç, Vermeulen, Lyly-Yrjanainen & Zigante, 2009). Perante tais fatores, não só físico mas também devido a uma quebra económica, concluiu-se que os sujeitos tenham uma redução do seu nível de qualidade de vida.

Conclusão

Através do presente estudo, podemos concluir se os objetivos definidos iam de encontro à fundamentação teórica previamente realizada.

A elaboração desta dissertação tem por base o facto de existirem poucos ou quase nenhuns estudos acerca do desemprego jovem nomeadamente, a comparação entre não empregados e desempregados. Outro fundamento desta investigação é o facto de o nosso país ter elevados números de desemprego que afetam a população jovem. Consequentemente pretende-se perceber de que forma é que o desemprego ou a procura do primeiro emprego pode afetar a vida do indivíduo.

No presente estudo partiu-se do pressuposto que o facto de os empregados e não empregados apresentarem uma menor qualidade de vida e bem – estar subjetivo conduz a uma maior vulnerabilidade ao *stress*. Este facto encontra-se, corroborado pelas análises que demonstram a não existência de diferenças significativas no que se refere á percepção de vulnerabilidade ao *stress*.

Apesar disso, podemos perceber que os desempregados apresentam uma maior vulnerabilidade face ao desemprego.

Contrariamente às análises acima descritas os estudos de Robert Castle (2005) dizem-nos que as alterações no emprego ou nas relações sociais podem causar fragilidade do indivíduo, e subsequentemente na sua qualidade de vida (Castle,2005). Desta forma, também foi necessário perceber de que forma os desempregados e os não empregados, se encontram vulneráveis ou resilientes a tal fenómeno. Em contrapartida, o fato de fazer-se uma comparação entre estes dois grupos, sendo o grupo dos não-empregados um tema ainda pouco abordado torna-se uma limitação na recolha de revisão bibliográfica.

Podemos assim concluir, que apesar de a existência de literatura com a temática desemprego, alguma dela já se encontra desatualizada ou não vai de encontro às análises deste estudo. Outra das particularidades é a escassez de bibliografia para a população portuguesa, sendo difícil de relacionar com os estudos de outros meios culturais que não vão de encontro á realidade do nosso país.

Desta forma a existência de uma vasta informação sobre o impacto do desemprego na saúde, no caso específico deste trabalho, assumiu um papel limitador ao estudo, dado que a mesma se encontra muitas vezes em discordância com a atualidade e desatualizada.

Para além disto e ainda como fator limitador ao estudo pode-se considerar o elevado número de participantes do género feminino em relação ao género masculino. Esta maioria é comum a alguns estudos embora sem diferenças significativas (Campos,2009). Ao mesmo tempo, pode estar na origem de uma futura investigação de forma a perceber a adaptabilidade dos diferentes grupos (tendo em conta o género) têm tendência a sentir-se mais afetados em situação de desemprego.

Referências Bibliográficas

Anderson, R., Mikulić, B., Vermeylen, G., Lyly-Yrjanainen, M. & Ziganter, V. (2009). Second European Quality of Life Survey Overview. *European Foundation for the Improvement of Living and Working Conditions*.

Cachapa, M. (2007). Desemprego, Qualidade de vida e stresse, um estudo na região de Lisboa. Universidade Aberta, Lisboa.

Campos, A. (2009) Depressão e Optimismo: Uma visão do Desemprego, sob o prisma da Psicologia da Saúde, Instituto Politécnico de Beja, Serpa.

Caleiro, (2011), Desemprego e Felicidade em Portugal, Departamento de Economia & CEFAGE-UE, Universidade de Évora, Portugal

Castel, R (2005). Metamorfoses da Questão Social: Uma Crónica do Salário. 4ed, Petrópolis: Editora Vozes, pp:610

Childs, E., Witt, Harriet (2014) Regular exercise is associated with emotional resilience to acute stress in healthy adults, *Front Physiol*, 5: 161, doi: 10.3389.

Cohen, S. Kamarck, T. & Mermelstein, R. (1983). A global measure of perceived stress. *Journal of Health and Social Behavior*, 24, 385-396. doi: 139.184.30.135

Costa, D (2014). Percepção da Vulnerabilidade ao Stress em função do estatuto laboral num contexto de crise económica. (Tese de Mestrado). Faculdade de Psicologia .Universidade Lusófona do Porto. Porto.

Dimas, I. Pereira, M. Canavarro. (2013). Ajustamento psicossocial, ajustamento diádico e resiliência no contexto de desemprego, *Análise Psicológica*, 1 (XXXI), 3-16. doi: SFRH/BPD/44435/2008

Fernandes, H (2007), O bem-estar psicológico em adolescentes, Uma abordagem centrada no florescimento humano. (Tese de Mestrado). Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro, Vila Real.

Glória, D. (2013) Desemprego e População Qualificada, *Fontes de Informação Sociológica*, Coimbra.

Linn .M, Sandifer. R, Stein S (1985). Effects of Unemployment on Mental and Physical Health, Vol. 75, nº 5.

Lopes, S (2011), Impacto do Desemprego Na Qualidade de Vida da População do Concelho de Felgueiras, acedido a 9 de fevereiro de 2015, <http://repositorio.ismt.pt/handle/123456789/180>

Matias, R (2015), Estudo exploratório de qualidade de vida, emoções e resiliência, e o seu impacto em pessoas em situação de desemprego. (Tese de Mestrado) Escola de Psicologia e ciências da vida, Universidade Lúsofona de Humanidades e tecnologias, Lisboa.

Norström, F., Virtanen, P., Hammasström, A., Gustafsson, P. & Janlert, U. (2014). How does unemployment affect self-assessed health? A systematic review focusing on subgroup effects. *BMC Public Health*, 14:1310.

Padre, A (2012) O impacto da situação de desemprego no bem-estar subjetivo: o papel do suporte social percebido e das estratégias de *coping* (Tese de Mestrado), Faculdade de ciências humanas e sociais, Universidade do Algarve.

Portal do instituto nacional de estatísticas, acedido a 9 de Fevereiro de 2015. Http://www.ine.pt/xportal/xmain?xpid=INE&xpgid=ine_indicadores&indOcorrCod=0005599&selTab=tab0

Rocha, P (2009), Família e Trabalho: (Des) Equilíbrios que orientam a (In) Satisfação. Valor do Apoio Social e da Vinculação, Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação, Universidade de Lisboa.

Rodrigues, E, (2012) Dimensões psicológicas do Desemprego: relações entre Adaptabilidade, Esperança, Bem-Estar e Saúde Mental, Faculdade Psicologia e Ciências da Educação, Universidade de Coimbra.

Simões, A. (1992). Ulterior Validação de uma Escala de Satisfação com a Vida (SWLS). *Revista Portuguesa de Pedagogia*, XXVI (3), 503-515.

Skevington.M, Lotfy & O'Connel (2004), The World Health Organization's WHOQOL-BREF quality of life assessment: Psychometric properties and results of the international field trial.A Report from the WHOQOL Group, *Quality of Life Research* 13: 299– 310.

Trigo,M.Canudo, N. Branco & Silva, D. (2010). Estudo das propriedades psicométricas da PerceivedStress Scale (PSS) na população portuguesa, *Psychologica*,53,353-378.

Warr, P., Jackson, P., & Banks, M. (1988). Unemployment and mental health: Some British studies. *Journal of social issues*, 44 (4), 47-68.

Valadas,C. (2013) Mudanças nas políticas: Do (des) emprego à empregabilidade, *Revista crítica de ciências sociais*,89-110. Acedido a 10 de setembro de 2015.
<http://rccs.revues.org/5479>; DOI: 10.4000/rccs.5479

Vasconcelos, Maria (2013), O desemprego e população qualificada, Faculdade de Economia, Universidade de Coimbra.

Vaz-Serra, A; Canavarro, MC; Simões, MR [et al.] (2006) - Estudo psicométricos do instrumento de avaliação da qualidade de vida da Organização Mundial de Saúde (WHO para português de Portugal). *Psiquiatria Clínica*. 27:2, 31-40.

